



Mededelingen

Hierbij weer het laatste nieuws.

Activiteiten: Koffiecorner

- Deze volgende koffie met koeken is gepland op zondag 4 november in het Clubhuis.

Gewijzigde trainingstijden oktober

- In de maand september zijn de volgende wijzigingen bekend:
 - Zondag 7 oktober: 9:00-10:00 springbad (ander bad)
 - Zaterdag 1 oktober: 8:00-9:00 wedstrijdbad (half uur later, en ander bad)
 - Vrijdag 19 oktober: 19:00-20:00 springbad (1 uur eerder)

Trainingskamp vrijdag 16 t/m zondag 18 november in Zuid-Limburg

- Net als vorig jaar willen we graag weer met een groep Masters op trainingskamp.
- Zie het bericht op de volgende pagina.
- Wil je mee, meld je dan aan via: activiteiten@psvmasters.nl

Wedstrijden

Open NK Gay op zondag 27 oktober ter Eindhoven

- Deze wedstrijd in het 50m wedstrijdbad organiseert PSV Masters in samenwerking met Kouros.
- Het zou leuk zijn als hier ook veel PSV-ers aan mee doen.
Voor PSV-ers geldt dat het startgeld via de commissie wordt betaald.
- Zie verderop de details. Inschrijven voor 23 september via info@psvmasters.nl

Zuidelijke Cirkel 4 te Giessen op zondag 28 oktober

- Deze wedstrijd is verplaatst van Gorinchem naar Giessen.
- Zie verderop de details. Inschrijven voor 14 oktober via info@psvmasters.nl

EMK limietwedstrijd in Vlaardingen op zaterdag 1 en zondag 2 december

- Op deze wedstrijd staan alle EMK-afstanden op het programma. Ideaal dus om tijden neer te zetten op afstanden waar je nog geen tijd op hebt staan.
- Meer info verderop, en op":
www.zvvs.info/wedstrijdzwemmen/masters

NMK's in 2013

- Inmiddels is de **NMK korte baan** toegewezen aan **Nijverdal**:
van **vrijdag 25 t/m zondag 27 januari 2013**
Het programma staat al op:
<http://www.knzb.nl/wedstrijdsport/zwemmen/kampioenschappen/onmkkb>
Meer informatie volgt.
- De **NMK lange baan**, zal hoogstwaarschijnlijk toch in **Eindhoven** zijn:
van **vrijdag 3 t/m zondag 5 mei 2013**
Meer informatie volgt

Zie de kalender en de mail voor wedstrijden in 2011.



Van het trainersfront

Aandachtspunten training

Traineren doen we samen, dus ook:

- samen opbouwen en afbouwen van trainingen: samen lijnen erin en eruit
- samen opruimen van spullen na de training, niet alleen de spullen die je zelf uit de kar hebt gepakt, maar eventueel ook die van anderen.
- vergeet ook niet de trainingschema's op te ruimen
- en check of je je bidon niet hebt laten staan.

Trainingskamp

Hallo zwemvrienden en –vriendinnen,

Eindelijk is het dan zover!!!

Na het succes van het vorige kamp komt er een vervolg.

We gaan weer naar Maastricht waar we samen met de vereniging daar zullen trainen.

Wanneer: vrijdagavond 16 nov. – zondag 18 nov.

Iedereen kan mee. Natuurlijk zal het aankomend EMK ter sprake komen en zullen we doelen gaan zetten, maar ook niet EMK-gangers zijn welkom.

Het zal een weekend worden met veel zwemmen maar natuurlijk zal het aan gezelligheid niet ontbreken.

De kosten zullen tussen de 75 en 100 euro bedragen.

Wil je mee, meld je dan aan via: activiteiten@psvmasters.nl

Agnes, Maurice, Tracy en Nicole



Berichtje van Lia

Beste zwemmers,

Een aantal jaren geleden ben ik op een zondag een keer mee gaan trainen, nog in het oude klotsbad. Ik was meteen verkocht, als je bij PSV gaat zwemmen kom je in een warm bad en dan bedoel ik niet het water.

De jaren die volgde hebben zijn ups en downs gekend.

Van geweldige reis met een groep zwemmers naar het EK in Slovenië in 2007, tot het dieptepunt in mijn leven, het overlijden van onze Teun in 2008.

Daarna is je leven niet meer hetzelfde en kwam ik maar af en toe naar het bad. Dankzij mijn maatjes Berry, Frank en Marita kwam ik soms wat baantjes zwemmen, soms iets meer en soms alleen even bubbelen.

Op het moment dat ik weer regelmatig mijn baantjes ging trekken komt er een blessure op (tja, de leeftijd!!!) Het zwemmen blijkt daar zo'n grote invloed op te hebben dat ik met pijn in mijn hart zal moeten stoppen bij PSV.

Bij deze wil ik jullie allemaal bedanken voor de gezelligheid in goede tijden en de warmte en steun in de mindere.

Ik wens jullie allemaal nog heel veel jaren zwemplezier en wie weet komen we elkaar nog eens tegen.

Thanks en een lieve groet,

Lia van den Acker

Badkleding met 20% korting bij TYR

- Veel PSV zwemmers bestellen TYR zwemkleding en andere artikelen bij TYR Benelux (www.tyr-sport.com)
- Van TYR Benelux hebben we de mogelijkheid gekregen om deze artikelen met 20% korting te bestellen via de website.
- Kijk op de volgende website als je hierin geïnteresseerd bent:
www.tyr-sport.com
- Om voor de korting in aanmerking te komen, dien je als **kortingscode** 'TYP12A' in te vullen bij het afrekenen van je bestelling.
- Je hoeft geen lid te zijn van PSV Masters om van deze kortingscode gebruik te maken.
Je kan en mag deze kortingscode dus verspreiden onder je zwemvrienden.
- Nog een tip: op de website van TYR kan je je ook inschrijven voor de nieuwsbrief voor nieuws over nieuwe producten of aanbiedingen.





EK Masters 2013

Volgend jaar van 31 augustus t/m 7 september vindt in Eindhoven in ons zwembad de Europese Masters Kampioenschappen plaats.

De EMK omvat 4 disciplines: zwemmen, open water zwemmen, synchroonzwemmen en schoonspringen. We verwachten dat aan dit evenement ongeveer 5000 sporters zullen meedoen !!

Wil je al iets weten over het EMK 2013, de [website](#) is al online!

- www.ecmasters2013.com voor de Engelstalige versie
- www.ekmasters2013.nl voor de Nederlandstalige versie

Het programma en de limieten zijn inmiddels bekend en te vinden via:

<http://www.ekmasters2013.nl/download>

Op de website kun je je ook aanmelden voor de nieuwsbrief, of je aanmelden als vrijwilliger.

Deelname PSV Masters aan de EMK

Graag hoor ik van je of je hier aan denkt deel te nemen.

Ook als je nog niet in het bezit van een persoonlijk limiet bent !!

We kunnen je namelijk helpen om deze doelstelling te behalen !!

Verder zijn er altijd estafettes en de 3km open water waar geen limiet voor nodig is.

Ook als je als vrijwilliger/official aan de slag zou willen, hoor ik het graag.

Voor meer informatie kun je ook altijd bij mij terecht.

Het wordt volgend jaar september in ieder geval een groot feest, waar wij als club ons goed zullen laten zien !! Dus wees erbij !!

Groetjes, Harold

Voor de limieten en het programma, zie:

<http://www.ekmasters2013.nl/download>



Limieten EMK Eindhoven 2013

Heren	50 vrij	100 vrij	200 vrij	400 vrij	800 vrij	50 rug	100 rug	200 rug	50 school	100 school	200 school	50 vlinder	100 vlinder	200 vlinder	200 wissel
25-29	0:28,25	1:07,50	2:22,50	5:15,00	11:00,00	0:34,00	1:15,00	2:42,50	0:36,00	1:22,50	2:57,50	0:32,50	1:15,00	2:45,00	2:50,00
30-34	0:29,50	1:10,00	2:25,00	5:22,50	11:30,00	0:35,50	1:17,50	2:45,00	0:37,50	1:25,00	3:05,00	0:33,75	1:17,50	2:52,50	3:00,00
35-39	0:30,75	1:12,50	2:30,00	5:30,00	12:00,00	0:37,00	1:20,00	2:52,50	0:38,75	1:27,50	3:12,50	0:35,00	1:20,00	3:00,00	3:10,00
40-44	0:32,50	1:17,50	2:37,50	5:45,00	12:30,00	0:38,50	1:25,00	3:00,00	0:40,00	1:30,00	3:20,00	0:37,50	1:22,50	3:10,00	3:20,00
45-49	0:33,75	1:20,00	2:45,00	6:00,00	13:00,00	0:40,00	1:30,00	3:10,00	0:42,50	1:35,00	3:30,00	0:40,00	1:25,00	3:20,00	3:30,00
50-54	0:35,00	1:25,00	2:52,50	6:15,00	13:30,00	0:42,50	1:35,00	3:20,00	0:45,00	1:40,00	3:45,00	0:42,50	1:30,00	3:30,00	3:45,00
55-59	0:37,50	1:30,00	3:00,00	6:30,00	14:00,00	0:45,00	1:40,00	3:30,00	0:50,00	1:50,00	4:00,00	0:45,00	1:40,00	3:45,00	4:00,00
60-64	0:40,00	1:35,00	3:15,00	6:45,00	15:00,00	0:50,00	1:50,00	3:45,00	0:55,00	2:00,00	4:15,00	0:50,00	1:50,00	4:00,00	4:15,00
65-69	0:42,50	1:40,00	3:30,00	7:30,00	16:00,00	0:55,00	2:00,00	4:00,00	1:00,00	2:10,00	4:30,00	0:55,00	2:00,00	4:15,00	4:30,00
70-74	0:45,00	1:45,00	3:45,00	8:15,00	17:00,00	1:00,00	2:15,00	4:15,00	1:05,00	2:20,00	5:00,00	1:02,50	2:15,00	4:45,00	4:45,00
75-79	0:50,00	1:50,00	4:00,00	8:45,00	18:00,00	1:05,00	2:22,50	4:45,00	1:10,00	2:30,00	5:30,00	1:10,00	2:30,00	5:15,00	5:00,00
80-84	0:55,00	1:57,50	4:30,00	9:30,00	19:00,00	1:10,00	2:30,00	5:15,00	1:17,50	2:45,00	6:00,00	1:17,50	2:45,00	5:45,00	5:30,00
85-89	1:00,00	2:05,00	5:00,00	10:15,00	20:30,00	1:20,00	2:45,00	6:00,00	1:25,00	3:00,00	6:30,00	1:25,00	3:00,00	6:30,00	6:00,00
90-94	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
95-99	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
100+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Dames	50 vrij	100 vrij	200 vrij	400 vrij	800 vrij	50 rug	100 rug	200 rug	50 school	100 school	200 school	50 vlinder	100 vlinder	200 vlinder	200 wissel
25-29	0:32,50	1:20,00	2:45,00	6:30,00	13:30,00	0:38,80	1:25,00	3:00,00	0:43,70	1:37,50	3:22,50	0:36,80	1:22,50	3:15,00	3:20,00
30-34	0:33,70	1:22,50	2:52,50	6:45,00	14:00,00	0:40,00	1:30,00	3:10,00	0:45,00	1:40,00	3:30,00	0:38,00	1:25,00	3:22,50	3:30,00
35-39	0:35,00	1:25,00	3:00,00	7:00,00	14:30,00	0:42,50	1:35,00	3:20,00	0:47,50	1:45,00	3:40,00	0:40,00	1:30,00	3:30,00	3:40,00
40-44	0:37,50	1:27,50	3:07,50	7:15,00	15:00,00	0:45,00	1:40,00	3:30,00	0:50,00	1:50,00	3:50,00	0:42,50	1:35,00	3:40,00	3:50,00
45-49	0:40,00	1:30,00	3:15,00	7:30,00	15:30,00	0:50,00	1:50,00	3:45,00	0:52,50	1:55,00	4:00,00	0:45,00	1:40,00	3:50,00	4:00,00
50-54	0:42,50	1:37,50	3:30,00	7:45,00	16:00,00	0:55,00	2:00,00	4:10,00	0:55,00	2:00,00	4:15,00	0:50,00	1:50,00	4:00,00	4:15,00
55-59	0:45,00	1:45,00	3:45,00	8:00,00	16:30,00	1:00,00	2:10,00	4:30,00	0:57,50	2:10,00	4:30,00	0:55,00	2:00,00	4:15,00	4:30,00
60-64	0:50,00	1:52,50	4:00,00	8:30,00	17:30,00	1:05,00	2:20,00	4:55,00	1:00,00	2:20,00	4:45,00	1:00,00	2:10,00	4:30,00	4:45,00
65-69	0:55,00	2:00,00	4:15,00	9:00,00	18:45,00	1:12,50	2:30,00	5:15,00	1:05,00	2:30,00	5:15,00	1:05,00	2:17,50	4:45,00	5:00,00
70-74	1:00,00	2:10,00	4:30,00	9:30,00	20:00,00	1:20,00	2:45,00	5:30,00	1:10,00	2:40,00	5:45,00	1:10,00	2:30,00	5:15,00	5:30,00
75-79	1:05,00	2:20,00	4:45,00	10:00,00	21:15,00	1:27,50	3:00,00	6:15,00	1:20,00	2:50,00	6:15,00	1:17,50	2:45,00	5:45,00	6:00,00
80-84	1:10,00	2:30,00	5:15,00	10:45,00	23:00,00	1:30,00	3:15,00	6:45,00	1:30,00	3:05,00	6:45,00	1:25,00	3:00,00	6:15,00	6:30,00
85-89	1:15,00	2:45,00	5:45,00	12:00,00	24:30,00	1:45,00	3:45,00	7:30,00	1:40,00	3:30,00	7:30,00	1:35,00	3:30,00	7:15,00	7:15,00
90-94	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
95-99	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
100+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Voor de open water en estafettes zijn geen limieten vereist.

Zie ook <http://www.ekmasters2013.nl/download>

Ledeninfo

Op dit moment is het aantal leden van onze afdeling zo'n 220 leden !!

Verjaardagen PSV-Masters in oktober/november

Dennis Tuyen	1-okt-87	25	Annie Smits	3-nov-46	66
Gerrit Jan Winkel	2-okt-78	34	Frank Zwijnenberg	4-nov-54	58
Simone Hendrikse	2-okt-90	22	Henk Abels	5-nov-41	71
Stijn van Noort	2-okt-76	36	Klaas van Mierlo	9-nov-61	51
José Sanders	4-okt-68	44	Ardy van den Berg	10-nov-83	29
Nicole Vrijhoeven	4-okt-69	43	Tinie Leidekkers	14-nov-65	47
Emilie de Vries	5-okt-87	25	César Chang Chang	17-nov-77	35
Ian van der Hulst	6-okt-84	28	Joost Boogaard	18-nov-62	50
Marianne Otter	6-okt-83	29	Katarzyna Janusz	18-nov-80	32
Cindy van Lieshout- Brouwer	8-okt-74	38	Roel Carboex	19-nov-64	48
Marianne Maandonks	8-okt-26	86	Jan de Kok	21-nov-81	31
Nienke van Stipriaan	8-okt-87	25	Roy van Dijk	23-nov-66	46
David van 't Hooft	10-okt-69	43			
Marjolijn Wuisman	12-okt-86	26			
Harold Matla	13-okt-68	44			
Jeroen Kortsmid	14-okt-78	34			
Karin van der Sangen	18-okt-83	29			
Jeroen Spanbroek	20-okt-79	33			
Kim van der Beek	23-okt-87	25			
Arthur Jansen	24-okt-54	58			
Gwenda. Swijghuisen Reigersberg	24-okt-80	32			
Frank van Vliet	28-okt-64	48			
Chantal van Isterdael	30-okt-74	38			
Sander Frijters	31-okt-60	52			

Van harte proficiat !



AGENDA 2012 - 2013

Hieronder een overzicht van **activiteiten** en **wedstrijden** die voor PSV Masters interessant zijn.

Oktober 2012

Zondag 7/10 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel te **Etten-Leur**

Za-Zo 13-14/10 Wedstrijd: Open Luxembourge Masters te **Luxembourg (LUX)** (50m)

Zaterdag 21/10 Wedstrijd: Zuyderzee Circuit te **Emmeloord**

Zaterdag 27/10 Wedstrijd: Open NK Gay te **Eindhoven** (50m) **Eigen organisatie**

Zondag 28/10 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel te **Giessen**

November 2012

Zaterdag 18/10 Wedstrijd: Zuyderzee Circuit te **Almere**

December 2012

Za-Zo 1-2/12 Wedstrijd: EMK Masters limietwedstrijd te **Vlaardingen**

Zaterdag 8/12 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel te **Terneuzen**

Januari 2013

Zaterdag 12/1 Wedstrijd: Zuyderzee Circuit te **Zwolle**

Vr-Zo 25-27/1 Wedstrijd: Open NMK (25m) te **Nijverdal**

Februari 2013

Zaterdag 9/2 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel te **Eindhoven**

Zaterdag 10/2 Wedstrijd: ROM te **Papendrecht**

Zaterdag 16/2 Wedstrijd: Zuyderzee Circuit te **Heerenveen**

Maart 2013

Zondag 17/3 Wedstrijd: Zuidelijke Cirkel te **Breda** (50m)

Zaterdag 23/3 Wedstrijd: Masterswedstrijd te **Nijlen (BEL)**

Zondag 24/3 Wedstrijd: Zuyderzee Circuit te **Amersfoort** (50m)

April 2013

Zaterdag 20/4 Wedstrijd: Zuyderzee Circuit te **Kampen** (50m)

Mei 2013

Vr-Zo 3-5/5 Wedstrijd: Open NMK (50m) te <waarschijnlijk Eindhoven>

Juni 2013

Juli 2013

Augustus 2013

September 2013

Zo-Za 1-7/9 Wedstrijd: EMK (50m) te **Eindhoven**



Wedstrijden

Zie de agenda en de planning voor een overzicht van de wedstrijden.
Hieronder worden de meest actuele wedstrijden toegelicht.

De kosten van een dagstartvergunning dienen zelf te worden betaald. De kosten hiervan bedragen €6,30.
Voor degenen die meerdere wedstrijden willen zwemmen, wordt aangeraden om een reguliere startvergunning te nemen. Een startvergunning kan worden aangevraagd via info@psvmasters.nl

Zuidelijke Cirkel 2012

- De data voor de Zuidelijke Cirkel 2012 zijn inmiddels bekend.
 - Zondag 12-02-2012 ZC-2012-1 - Boxtel
 - Zaterdag 17-03-2012 ZC-2012-2 - Eindhoven
 - Zondag 22-04-2012 ZC-2012-3 - Nijmegen
 - Zondag 07-10-2012 ZC-2012-4 - Etten-Leur (Let op deze is verzet)
 - Zondag 28-10-2012 ZC-2012-5 – Giessen (Let op deze is verplaatst)
 - Zondag 09-12-2012 ZC-2012-6 – Terneuzen (inclusief mastersbuffet)
- Noteer deze data dus vast in je agenda!
- Zie verderop de details van de eerste wedstrijd in Vlissingen.

Klassementen Zuidelijke Cirkel

- Voor degenen die **klassementen** willen vol zwemmen:
 - Vrije slag klassementen.**
 - I. 25m, 50m, 100m, 200m.
 - II. 2 x 25m, 2 x 50m.
 - Er kan slechts aan één vrije slag klassement worden deelgenomen.
 - Indien een deelnemer klassement I heeft vol gezwommen, telt hij/zij niet meer mee voor klassement II.
 - Wisselslag klassementen.**
 - I. 100m vlinderslag, 100m rugslag, 100m schoolslag, 100m vrije slag, 100m wisselslag.
 - II. 25m vlinderslag, 25m rugslag, 25m schoolslag, 25m vrije slag.
 - Er kan slechts aan één wisselslag klassement worden deelgenomen.
 - Indien een deelnemer klassement I heeft vol gezwommen, telt hij/zij niet meer mee voor klassement II.

Inschrijfgeld:

Per 25m start 1,50 euro
Per 50m start 1,75 euro
Per 100m start 2,00 euro
Per 200m start 3,00 euro
Per 300m start 3,50 euro

Per 400m start 4,00 euro
Per 800m start 5,00 euro
Per 1500m start 7,00 euro
Estafettes gratis

Open NK Gay te Eindhoven

Datum: zaterdag 27 oktober 2012

Organisatie: PSV Masters & Kouros

Zwembad: Pieter van den Hoogenband Zwemstadion
50m wedstrijdabad, elektronische tijdwaarneming

Inzwemmen: 13:30 uur

Wedstrijd: 14:00-17:00 uur

Programma

1. 4x100 vrij
Pauze 5 min
2. 50 rug
3. 50 vrij
4. 200 wissel
5. 100 vlinder
6. 100 school
Pauze 5 min
7. 4x50 wissel
Pauze 20 min
8. 50 vlinder
9. 50 school
10. 400 vrij
11. 100 rug
12. 100 vrij
Pauze 5 min
13. 4x50 vrij

Het startgeld van de PSV Masters zwemmers wordt via de commissie betaald.
Let op: Maximaal 3 starts per persoon.

Opgeven uiterlijk 1 oktober via info@psvmasters.nl



5^e wedstrijd Zuidelijke Cirkel 2012 te Giessen

Datum: zondag 28 oktober 2012

Organisatie: De DoornOtters

Zwembad: Zwembad "De Kikvors"

Jagerspad 26

4283 GM Giessen

Tel.: 0183 – 442085

www.dekikvors.nl

Inzwemmen: 13:30 uur

Wedstrijd: 14:00 uur

Programma:

1. 4x50m vrije slag estafette d/h/mix
2. 25m rugslag d/h
3. 200m vrije slag d/h
4. 50m vlinderslag d/h
5. 100m wisselslag d/h
6. 25m vrije slag d/h
7. 50m rugslag d/h
8. 100m vlinderslag d/h
9. 25m schoolslag d/h
10. 50m vrije slag d/h
11. 25+50+75+100m wisselslag estafette d/h/mix
12. 400m vrije slag d/h

Inschrijving sluit: zondag 14 oktober 2012

Afmelden uiterlijk: woensdag 24 oktober 2012 **20:00 uur**

Inschrijfgeld:

Per 25m 1,50 euro

Per 50m 1,75 euro

Per 100m 2,00 euro

Per 200m 3,00 euro

Per 400m 4,00 euro

Estafettes gratis

Maximaal 4 persoonlijke starts per persoon

Opgeven uiterlijk 14 oktober via info@psvmasters.nl



EMK limietwedstrijd te Vlaardingen

Datum: zaterdag 1 + zondag 2 december 2012

Organisatie: ZVVS

Zwembad: Zwembad "De Kulk" te Vlaardingen

<http://zvvs.info/wedstrijdzwemmen/masters/masters/masters-limietwedstrijd-in-vlaardingen/>

Inzwemmen: ? uur

Wedstrijd: ? uur

Programma:

Zaterdag - sessie 1

- 1 400 vrije slag Heren
- 2 400 vrije slag Dames
- 3 200 rugslag Heren
- 4 200 rugslag Dames
- 5 100 schoolslag Heren
- 6 100 schoolslag Dames
- 7 200 vrije slag Heren
- 8 200 vrije slag Dames

Zaterdag - sessie 2

- 9 200 wisselslag Heren
- 10 200 wisselslag Dames
- 11 50 rugslag Heren
- 12 50 rugslag Dames
- 13 100 vrije slag Heren
- 14 100 vrije slag Dames
- 15 200 vlinderslag Heren
- 16 200 vlinderslag Dames
- 17 50 schoolslag Heren
- 18 50 schoolslag Dames

Zondag - sessie 3

- 19 800 vrije slag Heren
- 20 800 vrije slag Dames

Zondag - sessie 4

- 21 50 vlinderslag Heren
- 22 50 vlinderslag Dames
- 23 100 rugslag Heren
- 24 100 rugslag Dames
- 25 50 vrije slag Heren
- 26 50 vrije slag Dames
- 27 200 schoolslag Heren
- 28 200 schoolslag Dames
- 29 100 vlinderslag Heren
- 30 100 vlinderslag Dames

Meer details volgen

Opgeven via info@psvmasters.nl (uiterlijke datum is nog onbekend)



Algemene info

Zwemmen	Harold Matla	info@psvmasters.nl	06-24531775
Diving	via	info@psvmasters.nl	
Synchro	Inge van Rijt	synchro@psvmasters.nl	
Waterpolo	via	info@psvmasters.nl	

RABO bank: 146127056 t.n.v. psv zwemmen en waterpolo inz. masters

De Masterscommissie

commissie@psvmasters.nl

Voorzitter	Harold Matla	info@psvmasters.nl	06-24531775
Secretaris	Vacature		
Penningmeester	Bianca Cox	penningmeester@psvmasters.nl	
HoofdTrainster	Agnes van Doesburg	bavandoesburg@hetnet.nl	040-2216759

Technische Commissie

trainers@psvmasters.nl

HoofdTrainster	Agnes van Doesburg
Trainer	Ton Brouwers
Trainer	Harold Matla
Trainer	Maurice Soudant
Trainer	John Mills
Trainer	Marc Wijers
Trainer	Karin Stoove
CoreTrainer	Marjolijn Wuisman

PSV Open Water Commissie

info@psvopenwater.nl

Bianc Cox
Caroline Smits
Jolanda van Gendt
Jos van der Hulst
Rinse Rooker
Rob Hanou
Ron Phaff

Activiteitencommissie

activiteiten@psvmasters.nl

Nicole Vrijhoeven
Tracy Barnes

Masters op Internet

Zie de links op de PSV Masters site: www.psvmasters.nl/links.shtml

Nieuwsbrieven

PSV Master Nieuws	opgeven door mailtje te sturen naar: info@psvmasters.nl
Mastersprint-@-zine	opgeven door mailtje te sturen naar: liefenleed@mastersprint.nl
KNZB Masters Nieuws	opgeven via www.knzb.nl/actueel/nieuwsbrief



Reguliere Trainingstijden PSV Masters

Vaste Masterstrainingen (seizoen 2012-2013)

• Maandag	06:00-07:00	w-50m	3 banen	
	18:00-19:00	w-50m	3 banen	
• Dinsdag	06:00-07:00	w-50m	5 banen	
	18:00-19:00	w-50m	3 banen	trainer (Ton)
	20:00-21:00	s-25m	4 banen	trainer (Agnes+Marc)
• Woensdag	17:30-18:30	t-50m	4 banen	trainer (Maurice)
• Donderdag	06:00-07:00	w-50m	4 banen	
	18:00-19:00	t-50m	4 banen	trainer (Janet/Harold)
	19:00-20:15	s-25m	4 banen	trainer (nog in te vullen)
• Vrijdag	06:00-07:00	w-50m	4 banen	
	18:00-19:00	t-50m	4 banen	trainer (John)
	20:00-21:00	s-25m	4 banen	trainer (Maurice)
• Zaterdag	07:30-08:30	t-50m	4 banen	trainer (Ton)
• Zondag	09:00-10:00	w-50m	10 banen	trainer (Agnes, John & Maurice)

De baden

- w-50 = 50m-wedstrijdbad w-25 = 25m-wedstrijdbad (met brug)
- t-50 = 50m-trainingsbad s-25 = 25m-springbad

De trainers

- De trainer zorgt voor een trainingsprogramma en besteedt ook aandacht aan techniek.
- Op de overige dagen zijn trainingsschema's aanwezig en houdt er iemand toezicht.

Aandachtspunt Trainingen

- Probeer **op tijd** op de training te zijn.
Het is namelijk het fijnst als je samen met de zwemmers in je baan een programma kan afwerken. Daarbij kan direct op snelheid worden ingedeeld, zodat je minder hoeft te schuiven.
- Uiteraard komt het wel eens voor dat dit niet lukt (werk, file, kids, etc.). Dat is op zich geen probleem. Zwem dan even kort in (100m) en probeer dan **in te stromen** in het programma van degenen die al aan het zwemmen zijn.
- Probeer binnen een baan samen een opdracht te zwemmen, zo nodig aanpassen
- Houdt rekening met elkaar bij inhalen, e.d: maak ruimte, of wacht even voor je inhaalt.

Contributie (per 1/1/2012)

1x trainen per week	€ 14,95 (per maand)
2-3x trainen per week	€ 20,35 (per maand)
4 of meer x per week	€ 24,85 (per maand)
Buitenlandleden	€ 6,55 (per maand)
Gasttraining	€ 4,00 (per keer)

Overige Kosten (per 1/1/2012)

Startvergunning	€ 29,85 (per jaar)
Dagstartvergunning	€ 6,30 (per keer)
Overschrijving	€ 11,65 (per overschrijving)
Eenmalig inschrijfgeld	€ 10,00 (eenmalig)
Proeftraining	kosteloos

Opmerkingen:

bedragen onder voorbehoud, exacte bedragen bekend bij ledenadministratie.
inschrijfformulier aanvragen via info@psvmasters.nl of de trainers.